

**HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK TUNGKAI, KESEIMBANGAN DAN
KECEPATAN LARI DENGAN KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA
JONGKOK PADA MURID SDN CEPPAGA KAB.BONE**

SKRIPSI



HARISMAN

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2018**

ABSTRAK

Harisman 2018. Hubungan Antara Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Kecepatan Lari dengan Kemampuan Lompat Jauh Pada Murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara daya ledak tungkai, keseimbangan dan kecepatan lari dengan kemampuan lompat jauh pada murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan tiga variabel bebas yaitu daya ledak tungkai, keseimbangan dan kecepatan lari dengan satu variabel terikat yaitu kemampuan lompat jauh. Populasi penelitian ini adalah murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone. Teknik penentuan sampel dengan menggunakan sampel jenuh yang artinya seluruh populasi terjangkau dijadikan sampel yang berjumlah sebanyak 40 murid putra kelas V dan VI SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis koefisien korelasi pada taraf signifikan 0,05, dengan menggunakan bantuan computer melalui program SPSS.

Berdasarkan analisis data diperoleh hasil: (1) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada Murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone dengan nilai r sebesar 0,821 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); (2) Ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada Murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone dengan nilai r sebesar 0,615 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); (3) Ada hubungan yang signifikan antara kecepatan lari 40 meter dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada Murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone dengan nilai r sebesar -0,758 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); (4) Ada hubungan yang signifikan antara daya ledak tungkai, keseimbangan dan kecepatan lari 40 meter secara bersama-sama dengan kemampuan lompat jauh gaya jongkok pada Murid SDN 182 Ceppaga Kabupaten Bone dengan nilai (R) sebesar 0,832 ($P_{\text{value}} < \alpha 0.05$); dan nilai F_{hitung} (F) sebesar 26,946.

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dikemukakan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat hasil penelitian. Latar belakang masalah menjelaskan dasar-dasar pemikiran untuk menetapkan permasalahan dalam penelitian, sedangkan tujuan penelitian mencakup esensi dan arah penelitian yang akan dilaksanakan dalam bentuk deskriptif

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu pengetahuan dewasa ini sangat pesat, seiring dengan arus globalisasi yang semakin besar mewajibkan umat manusia untuk memacu energy dan pemikiran untuk terlibat didalam proses tersebut. Memulai dari peningkatan potensi individu untuk melibatkan diri dalam segala interaksi dan kegiatan – kegiatan ilmiah adalah suatu keharusan sebagai bagian dari aktifitas individu yang erat kaitannya dengan kegiatan sosial. Interaksi sosial terjadi di setiap dimensi ruang dan waktu dalam rutinitas keseharian seorang individu. Dinamika sosial terjadi dalam setiap lapisan kepentingan, entah dari sisi kebutuhan emosional, spiritual, bahkan kebutuhan intelektual. Demikian halnya dalam sebuah proses pendidikan. Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar sebagai wadah dalam proses akulturasi nilai bagi manusia. Emosional, fisik (jasmani) dan spiritual merupakan tiga aspek yang menjadi fokus pendidikan yang harus dikembangkan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas.

Pendidikan olahraga sebagai bagian dari pendidikan jasmani mempunyai peranan penting dan strategis dalam membangun bangsa. Olahraga yang teratur akan memberikan kebugaran jasmani bagi orang/atlet yang melaksanakan aktivitas berolahraga. Kegiatan berolahraga adalah perilaku gerak tubuh yang dikendalikan oleh sistem persyarafan. Inti dari kegiatan berolahraga adalah bergerak, dan dalam kesempatan itu pula orang memperagakan keterampilannya dengan melakukan suatu gerak.

Dengan melihat pola kehidupan manusia di abad modern sekarang nampak dengan jelas bahwa manusia selalu berusaha mengadakan penyesuaian dan pendekatan dalam rangka menjamin adanya kemajuan di segala bidang yang mengarah kepada kesejahteraan hidup pribadi maupun masyarakat.

Sebagai akibat dari usaha manusia, yaitu pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, menyebabkan manusia dapat melaksanakan sesuatu secara otomatis dan serba komputerisasi yang dapat mengelabui aspirasi manusia untuk menyampingkan potensi pokok dari kebutuhan manusia terutama dalam hal keaktifan jasmani.

Bila menganalisa teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan sepakbola dengan ketiga unsur fisik tersebut maka sangat berhubungan sebab pada saat melakukan pergerakan-pergerakan perlu adanya kelincahan, kekuatan tungkai kaki dan keseimbangan untuk mengantisipasi dan melewati lawan.

Penulis hanya membatasi tiga variabel yang akan diteliti yaitu kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan. Hal ini mengingat keterbatasan waktu, tenaga dan dana. Penelitian yang akan dilakukan ini sebagai tugas akhir untuk syarat lulus sarjana pendidikan jasmani, sehingga pada kesempatan ini saya ingin membuktikan secara ilmiah apakah unsur kemampuan fisik kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan benar-benar ada kontribusinya. Dengan demikian peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian di SD Bangkala 2 Makassar. Berdasarkan hal tersebut yang menjadi pokok pembahasan dalam penelitian ini adalah : “Kontribusi kelincahan, kekuatan tungkai, dan Keseimbangan dengan

Keampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Murid SD Bangkala 2 Makassar”.

B. Rumusan Masalah

Untuk mengantisipasi meluasnya bahasan dan salah pengertian dalam penelitian ini maka perlu dibatasi secara spesifik dan dirumuskan secara singkat dan jelas.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat dikemukakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada kontribusi kelincahan dengan kemampuan menggiring boladalam permainan sepak bola ?
2. Apakah ada kontribusi kekuatan tungkai dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola ?
3. Apakah ada kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola?
4. Apakah ada kontribusi kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan suatu pernyataan yang berkenaan dengan suatu permasalahan dan yang akan diteliti dan berusaha untuk menjawab masalah yang telah dikemukakan. Untuk itu sehubungan dengan permasalahan yang diajukan, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui kontribusi kelincahan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola
2. Untuk mengetahui kontribusi kekuatan tungkai dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola
3. Untuk mengetahui kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola
4. Untuk Mengetahui kontribusi kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola

D. Manfaat Hasil Penelitian

Manfaat hasil penelitian merupakan hasil yang dapat diperoleh dari pemecahan masalah yang diteliti, maka diharapkan dari hasil penelitian ini dapat mempunyai kegunaan sebagai berikut:

1. Dari segi praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman oleh guru, pembina, dan pelatih olahraga agar mempertimbangkan faktor kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan dalam proses mengajar dan melatih dalam cabang olahraga permainan sepak bola.
2. Dari segi pengembangan olahraga, hasil penelitian ini merupakan informasi yang dapat dijadikan bahan seminar guna pembinaan cabang olahraga permainan sepak bola

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan dasar pemikiran terhadap faktor-faktor yang terdapat dalam permasalahan penelitian atau hal-hal yang menjadi fokus perhatian dalam penelitian. Teori-teori yang dikemukakan diharapkan dapat memperkuat pemikiran sehingga dapat menunjang perumusan hipotesis dan akan dijadikan jembatan untuk memberikan jawaban sementara terhadap permasalahan yang diteliti.

Dalam kajian pustaka yang dasarnya mengemukakan landasan teori tentang hal-hal pokok yang berkaitan dengan permasalahan penelitian, sebagai berikut

1. Permainan sepakbola pada umumnya,

Sepakbola adalah olahraga beregu yang berbentuk permainan yang dapat dijadikan sebagai unsur pendidikan untuk anak-anak pada lingkungan sekolah atau lingkungan masyarakat secara umum. Berkat perkembangan yang pesat dari cabang sepakbola selain dimainkan di lapangan rumput juga dimainkan di dalam ruangan. Sasaran akhir dari permainan sepakbola adalah membuat gol sebanyak mungkin dengan cara memasukkan bola ke gawang lawan, dan berupaya mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola (gol).

Sebuah gol tercipta bila bola seutuhnya melintas garis gawang di antara kedua tiang gawang dan di bawah mistar gawang. Permainan akan terhenti apabila terjadi pelanggaran atau bola ke luar dari lapangan permainan dan apabila tercipta sebuah gol. Pemain dapat bekerja sama dalam menyusun penyerangan dari belakang, lalu dibantu pemain tengah dan diteruskan ke pemain depan sehingga menghasilkan permainan yang baik dan menarik, apalagi tercipta sebuah gol, sehingga para pemain akan merasa turut ambil bagian dalam menciptakan sebuah gol. Sebaliknya apabila mendapat serangan diharapkan dapat pula bekerja sama membangun pola pertahanan. Tentunya hal ini diimbangi dengan rasa saling mempercayai sesama teman, saling membantu, dan pantang menyerah.

1.1. Teknik dasar sepakbola

Untuk dapat bermain sepakbola dengan baik harus menguasai teknik-teknik dasar. Mengenai teknik dengan bola dalam permainan sepakbola merupakan hal yang pokok karena seorang pemain sepakbola dituntut untuk menguasai bola, baik secara individu maupun dalam kerjasama tim. Mengenai teknik dengan bola, menurut Ilyas Hadade dan Ismail Tola (1991:41) terbagi dalam 8 macam bagian yaitu :

1. Menendang (kicking),
2. Menyetop bola (ball control),
3. Membawa bola (dribbling),
4. Menyundul bola (heading),
5. Gerak tipu (feint),
6. Merebut bola (tackling),
7. Lemparan ke dalam (throw-in),
8. Penjaga gawang (goal keeper).

Dari beberapa teknik dasar dalam permainan sepakbola seperti yang dikemukakan di atas, maka salah satu teknik yang menjadi fokus atau titik perhatian sehubungan dengan penelitian ini yakni hanya tertuju pada teknik atau kemampuan menggiring bola (dribbling). Melihat karakter permainan sepakbola yang merupakan salah satu cabang olahraga dimana dalam pelaksanaannya membutuhkan waktu satu setengah jam atau 2 x 45 menit. Selama waktu satu setengah jam itu pemain dituntut untuk senantiasa bergerak atau melakukan berbagai jenis gerakan seperti; berlari sambil menggiring bola, berlari

kemudian berhenti dengan tiba-tiba, berlari sambil berbelok arah, menendang bola, melompat, meluncur (sleding), beradu badan dan terkadang bertabrakan dengan pemain lawan dalam kecepatan tinggi. Untuk itu, agar seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik, maka di samping harus didukung dengan kemampuan fisiknya yang memadai, perlu pula mengenal dan menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola itu

Dalam menggiring bola seorang pemain harus dapat merubah arah dan melewati lawan dengan cepat serta harus dapat menggunakan seluruh bagian kakinya sesuai dengan yang ingin dicapai. Untuk dapat melakukan semua itu sangat dibutuhkan unsur fisik yang baik karena dukungan fisik yang baik diharapkan seorang pemain atau atlet akan dapat bermain dengan baik pula. Menggiring Bola Merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks. Untuk mendukung kemampuan menggiring bola, seorang pemain harus memiliki beberapa kemampuan tidak hanya tungkai sebagai faktor terpenting di saat menggiring bola tetapi kemampuan kondisi fisik seperti kelincihan juga sebagai faktor penentu keberhasilan seorang pemain dalam menguasai bola agar tidak mudah kehilangan bola atau direbut lawan sehingga dapat menciptakan peluang untuk menghasilkan gol. Selain kemampuan tersebut di atas, dalam menggiring bola harus memahami prinsip-prinsip menggiring bola yang benar Soekatamsi (1984: 158) adalah:

- a. Bola di dalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut lawan, dan bola selalu terkontrol.
- b. Di depan pemain terdapat daerah kosong artinya bebas dari lawan.
- c. Bola digiring dengan kaki kanan atau kaki kiri, tiap langkah kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang. Irama sentuhan pada bola tidak mengubah irama langkah kaki.
- d. Pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan.
- e. Badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas pada waktu lari biasa.

Dalam menggiring bola harus dilakukan pada saat yang tepat sehingga memberi keuntungan yang diperoleh dalam menggiring bola, yaitu apabila menggiring bola dilakukan di daerah lawan dapat dijadikan serangan untuk menciptakan peluang terciptanya sebuah gol. Namun apabila menggiring bola dilakukan di daerah pertahanan sendiri justru akan merugikan tim sendiri. Seperti yang dikemukakan oleh Joseph A Luxbacher (1997: 47) ”Jangan melakukan dribble untuk mengalahkan lawan pada sepertiga daerah pertahanan di dekat gawang anda sendiri. Jika bola lepas di daerah tersebut , lawan dapat mudah mencetak gol”. Kerugian menggiring bola di daerah sendiri, yaitu apabila bola dapat direbut oleh lawan kemungkinan bagi pemain bertahan belum siap melakukan pertahanan, sehingga lawan mempunyai kesempatan untuk mencetak gol.

Sedangkan kegunaan dribble dalam sepak bola menurut Soekatamsi (1984: 158) :

- a. Untuk melewati lawan.
- b. Untuk mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada teman dengan tepat.
- c. Untuk menahan bola tetap pada penguasaan, Menyelamatkan bola apabila tidak terdapat kemungkinan atau kesempatan untuk dengan segera memberi operan kepada teman.

Selanjutnya macam-macam cara menggiring bola menurut Soekatamsi (1984:159-161) adalah:

- 1) Menggiring bola dengan kura- kura bagian dalam.

Cara melakukannya adalah :

- Posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki dalam menendang bola dengan kura –kura kaki sebelah dalam.

- Kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak diayunkan seperti teknik menendang bola, akan tetapi tiap langkah teratur menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan dan bola harus selalu dekat dengan kaki. Dengan demikian bola mudah dikuasai dan tidak mudah direbut lawan.
- Pada saat menggiring bola lutut kedua kaki harus selalu sedikit ditekuk, dan pada waktu kaki menyentuh bola, mata melihat pada bola, selanjutnya melihat situasi di depan.

Menurut Moch. Sajoto (1988:58) tentang kemampuan menguasai letak titik berat badan yang dikenal dengan keseimbangan bahwa: “Keseimbangan atau balance adalah kemampuan seseorang mengendalikan organ - organ syaraf ototnya selama melakukan gerakan -gerakan yang cepat dengan perubahan letak titik berat badan yang cepat pula baik dalam keadaan statis maupun lebih dalam keadaan gerak dinamis. Lebih lanjut Harsono (1988:223) mengemukakan bahwa keseimbangan atau balance adalah “Kemampuan untuk mempertahankan system neuromuscular kita dalam kondisi statis, atau mengontrol system neuromuscular tersebut dalam suatu posisi atau sikap yang efisienseloagi kita bergerak”.

Adapun keseimbangan terbagi dua jenis, menurut Muchhammad Sajoto (1988:54) yaitu:

1. Keseimbangan statis adalah kemampuan tubuh dalam mempertahankan keseimbangan dalam posisi tetap.
2. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan tubuh mempertahankan keseimbangan pada waktu melakukan gerakan dari suatu posisi ke posisi yang lain.

Barrow yang dikutip oleh M.Kasmad Yahya (1994:36) mendefenisikan keseimbangan sebagai berikut :

Keseimbangan atau balance diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan sistem neuromuscular tubuh dalam kondisi statis, atau mengontrol sistem neuromuscular dalam suatu posisi atau sikap yang efisien sementara bergerak.

Kajian keseimbangan dalam posisi badan pada saat bergerak oleh Mohc. Sajoto (1988) memberikan pengertian keseimbangan sebagai “kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi”. Mempertahankan posisi badan dalam berbagai situasi memerlukan kemampuan tersendiri oleh atlet. Situasi dan kondisi keseimbangan oleh Rahantoknam (1988:126) mengemukakan bahwa :

1. Keseimbangan statis (statis balance) adalah keseimbangan mengacu pada kecakapan mempertahankan posisi badan dalam posisi diam.
2. Keseimbangan dinamis (dynamic balance) adalah keseimbangan yang mengacu kepada posisi badan bergerak.
3. Keseimbangan rotasi (rotation balance) adalah keseimbangan yang mengacu kepada kecakapan untuk mempertahankan keseimbangan badan pada suatu sumbu dan berkontribusi dengan kecepatan untuk memperoleh kembali stimulasi yang diproduksi oleh apparatus vertibular dalam gerakan memutar.

Dalam keseimbangan ada beberapa jenjang yang menunjukkan adanya tingkatan berdasarkan kesulitan yang dapat dilihat dari tingkat yang paling dasar ke tingkat otomatisasi pengaplikasiannya. Rolleta dkk yang diterjemahkan oleh Kasiyo Dwijowinoto (1993:188-189) membagi tingkatan tersebut sebagai berikut: stabilitas, keseimbangan, dan equilibrium,(1) stabilitas, stabilitas dari esensi aplikasinya dapat didefenisikan sebagai suatu kegiatan untuk menahan seluruh gaya yang mempengaruhi susunan tubuh manusia agar yang

mempengaruhi susunan tubuh manusia agar tetap seimbang, (2) keseimbangan, keseimbangan merupakan tingkatan kedua dari seimbangya tubuh dalam beraktivitas atau berfungsi dimana titik berat badan berada pada titik yang tengah, (3) equilibrium, merupakan tingkatan yang ketiga yakni kedudukan tubuh seringkali dianggap statis dan dinamis tergantung apakah seseorang berada dalam keadaan diam atau sedang bergerak. Kesimpulannya bahwa equilibrium lebih condong pada posisi badan saat badan bergerak dan pada saat tiba-tiba mengubah arah gerakan dengan tidak menghilangkan status keseimbangan.

Dari berbagai pengertian tentang keseimbangan diatas, maka dapat dikatakan bahwa keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot untuk menahan beban atau tahanan yang dilakukan di dalam beraktivitas baik secara statis maupun dinamis, seperti pada saat menggiring bola melewati rintangan, disini dibutuhkan keseimbangan.

1. B. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir yang akan dikemukakan dalam penelitian ini didasarkan pada landasan teori yang berkaitan dengan variabel-variabel yang menjadi obyek penyelidikan dalam penelitian ini. Selain itu kerangka berpikir tersebut merupakan dasar-dasar pemikiran bagi peneliti yang akan dikembangkan dalam penelitian.

Adapun kerangka berpikir yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Jika seseorang memiliki kelincahan yang baik, maka dapat diprediksikan ada kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Jika seseorang memiliki kekuatan tungkai yang baik, maka dapat diprediksikan ada kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Jika seseorang memiliki keseimbangan yang baik, maka dapat diprediksikan ada kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
4. Jika seseorang memiliki kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan yang baik, maka dapat diprediksikan ada kontribusi terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

C. Hipotesis

Sesuai dengan kerangka berpikir yang telah dikemukakan, maka dapat diajukan hipotesis penelitian ini sebagai berikut :

1. Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar
2. Ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar
3. Ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar
4. Ada kontribusi kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar

Sesuai dengan perumusan hipotesis diatas, maka hipotesis statistik yang digunakan diuji sebagai berikut :

1. $H_0 : \beta_{x_1y} = 0$
 $H_1 : \beta_{x_1y} \neq 0$
2. $H_0 : \beta_{x_2y} = 0$
 $H_1 : \beta_{x_2y} \neq 0$
3. $H_0 : \beta_{x_3y} = 0$

- $H_1 : \beta_{x_3y} \neq 0$
4. $H_0 : \beta_{x_{1,2,3}y} = 0$
 $H_1 : \beta_{x_{1,2,3}y} \neq 0$

Keterangan:

H_0 : Hipotesis nol

H_1 : Hipotesis nihil

β_{xy} : Korelasi variabel x dan y

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Metodologi pada dasarnya berarti cara yang digunakan untuk mencapai tujuan. Oleh karena itu tujuan umum penelitian adalah untuk memecahkan masalah, sehingga perlu ditempuh langkah-langkah yang relevan dengan masalah yang dirumuskan.

Metode penelitian yang digunakan meliputi identifikasi variabel dan desain penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

A. Identifikasi Variabel dan Desain Penelitian

1. Variabel penelitian

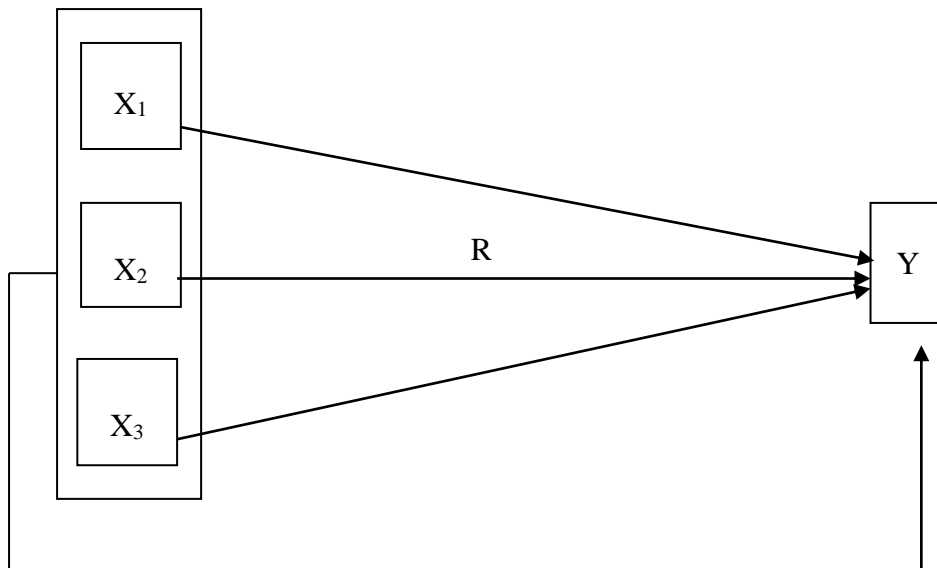
Menurut Suharsimi Arikunto (1992:54) mengemukakan bahwa : “Variabel merupakan obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.” Sedangkan menurut Nana Sudjana (1988:48) bahwa: “Variabel secara sederhana dapat diartikan sebagai ciri dari individu obyek, gejala dan peristiwa yang dapat diukur secara kuantitatif dan kualitatif.” Adapun variabel penelitian yang ingin diteliti dalam penelitian ini terdiri atas:

- a. Variabel bebas
 - Kelincahan
 - Kekuatan tungkai
 - Keseimbangan
- b. Variabel terikat : Kemampuan menggiring bola bola dalam permainan sepakbola.

2. Desain penelitian

Konsep pendekatan ilmiah, mengungkapkan bahwa istilah dari penelitian lazim pula dikatakan sebagai pendekatan ilmiah, di dalam konsep ini terdiri dari beberapa langkah metodis yang telah disepakati dan memiliki makna ilmiah karena dibutuhkan suatu pertimbangan dengan berorientasi pada pendekatan agar pelaksanaan penelitian sesuai dengan hasil yang hendak diperoleh melalui penelitian ini, sehingga untuk menentukan rancangan atau desain penelitian membutuhkan beberapa pertimbangan menurut konsep ilmiah yang terdiri dari jenis pendekatan menurut teknik sampling, variabel serta menurut model pengembangannya.

Sehubungan dengan itu, rancangan atau desain penelitian dapat digambarkan seperti pada gambar 3.1 berikut:



Gambar 3.1 Model desain penelitian

Sumber : Sugiono (2000)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini dikemukakan hasil-hasil analisis deskriptif, pengujian normalitas data, dan analisis statistik parametrik dalam pengujian hipotesis. Analisis statistik parametrik dalam pengujian hipotesis. Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk mengetahui gambaran secara umum data variabel-variabel penelitian. Pengujian normalitas data adalah untuk mengetahui bahwa data variabel-variabel penelitian berdistribusi normal, sebagai syarat analisis statistik parametrik. Selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis melalui analisis koefisiensi korelasi product moment (r) dan analisis korelasi ganda (R) untuk mengetahui kontribusi kelincuhan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar. Penyajian hasil analisis data dalam bab ini merupakan rangkuman hasil analisis, sedangkan hasil perhitungan statistik secara lengkap dapat dilihat pada daftar lampiran.

A. Penyajian Hasil Analisis Data

1. Deskriptif data

Data variabel-variabel penelitian yang diperoleh yakni : kelincuhan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola.. Data tersebut akan dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan rumus-rumus statistik.

Hasil-hasil analisis statistik deskriptif yang di kemukakan adalah analisis deskriptif variabel-variabel yang terlibat. Hasil-hasil perhitungan statistik deskriptif secara lengkap dapat dilihat pada lampiran, sedangkan rangkuman hasil perhitungan tercantum pada tabel 4.1 dibawah ini.

Tabel 4.1. Rangkuman hasil analisis deskriptif data kelincuhan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola

| | Kelincuhan | Kekuatan tungkai | Keseimbangan | Kemp menggiring bola |
|---------------|------------|------------------|--------------|----------------------|
| Jumlah sampel | 30 | 30 | 30 | 30 |

| | | | | |
|----------------|---------|---------|---------|---------|
| Maksimum | 14.37 | 16.00 | 85.00 | 26.46 |
| Minimum | 11.09 | 9.00 | 60.00 | 21.21 |
| Rata-rata | 12.9160 | 12.5000 | 72.3000 | 23.6207 |
| Simpangan baku | 0.96943 | 2.19325 | 8.69859 | 1.37587 |

Berdasarkan tabel 4.1 diatas yang merupakan rangkuman nilai rata-rata dan standar deviasi data kelincahan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola, dapat dikemukakan sebagai berikut:

- Untuk data kelincahan, diperoleh nilai rata-rata 12.9160 dan simpangan baku 0.96943. Nilai maksimum yang diperoleh sebesar 14.37 detik dan minimum 11.09 detik
- Untuk data kekuatan tungkai diperoleh nilai rata-rata 12.5000 dan simpangan baku 2.19325. Nilai maksimum yang diperoleh sebesar 16.00 kali dan minimum 9.00 kali.
- Untuk data keseimbangan diperoleh nilai rata-rata 72.3000 dan simpangan baku 8.69859. Nilai maksimum yang diperoleh sebesar 85.00 poin dan minimum 60.00 poin.
- Untuk data kemampuan menggiring bola, diperoleh nilai rata-rata 23.6207 dan simpangan baku 1.37587. Nilai maksimum yang diperoleh sebesar 26.46 detik dan minimum 21.21 detik

Hasil-hasil analisis deskriptif data kelincahan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. yang telah diuraikan di atas, pada dasarnya hanya merupakan gambaran umum data hasil penelitian dari variabel-variabel yang terlibat dan belum menunjukkan hasil penelitian yang sebenarnya. Untuk mengetahui nyata secara statistik hasil penelitian yang sebenarnya, maka data hasil penelitian akan dianalisis lebih lanjut dengan menggunakan teknik statistik inferensial dengan maksud untuk menguji kebenaran hipotesis yang diajukan.

Sebelum menguji kebenaran hipotesis, terlebih dahulu data perlu diuji normalitas sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan nilai yang memenuhi syarat. Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui bahwa data dari variabel-variabel yang terlibat, yakni kelincahan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola. berdistribusi normal, sekaligus sebagai gambaran penyebaran populasinya.

2. Uji normalitas data

Suatu data penelitian yang akan dianalisis secara statistik harus memenuhi syarat-syarat analisis. Untuk itu setelah data kelincahan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola pada penelitian ini terkumpul, maka sebelum dilakukan analisis statistik untuk pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji persyaratan yaitu normalitas dengan uji Kolmogorov-Smirnov Test pada taraf signifikan 95% atau $\alpha = 0,05$.

Dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov Test yang dilakukan, diperoleh hasil sebagaimana yang terlampir. Untuk hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut :

Tabel 4.2. Rangkuman hasil uji normalitas data kelincahan, kekuatan tungkai, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola

| V a r i a b e l | Probabilitas | α | Kesimpulan |
|-----------------|--------------|----------|------------|
| 1. Kelincahan | 0.777 | 0.05 | Normal |

| | | | |
|---------------------|-------|------|--------|
| 2. Kekuatan tungkai | 0.947 | 0.05 | Normal |
| 3. Keseimbangan | 0.909 | 0.05 | Normal |
| 4. Menggiring bola | 0.638 | 0.05 | Normal |

Berdasarkan tabel 4.2 diatas yang merupakan rangkuman hasil pengujian normalitas data penelitian, maka dapat dikemukakan sebagai berikut:

- Dari pengujian normalitas data kelincahan diperoleh nilai probabilitas = 0.777 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 95%. Dengan demikian data kelincahan yang diperoleh berdistribusi normal.
- Dari pengujian normalitas data kekuatan tungkai diperoleh nilai probabilitas = 0.947 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 95%. Dengan demikian data kekuatan tungkai yang diperoleh berdistribusi normal.
- Dari pengujian normalitas data keseimbangan diperoleh nilai probabilitas = 0.909 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 95%. Dengan demikian data kelincahan yang diperoleh berdistribusi normal.
- Dari pengujian normalitas data kemampuan menggiring bola diperoleh nilai probabilitas = 0.638 lebih besar dari pada nilai $\alpha = 0,05$ atau pada taraf signifikan 95%. Dengan demikian data kemampuan menggiring bola yang diperoleh berdistribusi normal.

Dari hasil pengujian yang telah dilakukan ternyata bahwa semua data yang terlibat dalam penelitian ini berdistribusi normal. Sehingga syarat-syarat analisis dari data variabel-variabel penelitian ini telah terpenuhi. Oleh karena itu, untuk menguji kebenaran hipotesis yaitu dengan analisis koefisien korelasi (r) dapat diberlakukan.

3. Pengujian hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis koefisien korelasi (r) pada taraf signifikan 5%. Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui kontribusi kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar.

Adapun hipotesis yang diuji kebenarannya pada penelitian ini, sebagai berikut :

- Hipotesis pertama: Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar.

Hipotesis statistik:

$$H_0 : \beta_{x_1y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_1y} \neq 0$$

Hasil pengujian

Berdasarkan hasil pengujian analisis korelasi data kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Diperoleh nilai korelasi (r_0) = 0.766 > $\alpha = 0.05$, Sedangkan nilai koefisien determinan (r^2) = 0.587. Disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar sebesar 58.7 persen.

- Hipotesis kedua: Ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar.

Hipotesis statistik:

$$H_0 : \beta_{x_2y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_2y} \neq 0$$

B. Pembahasan

Hasil analisis data dan uji hipotesis yang telah dikemukakan sebelumnya, menunjukkan bahwa dari empat hipotesis yang diajukan, semuanya diterima dan menunjukkan kontribusi yang signifikan. Dari hasil tersebut, tentang kelincahan, koordinasi mata kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola pada penelitian ini relevan dengan kerangka berpikir yang telah dikembangkan berdasarkan teori-teori yang mendukung penelitian.

Hipotesis pertama; Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai korelasi observasi lebih besar dari nilai korelasi tabel. Ini membuktikan bahwa seorang pemain sepakbola harus lincah dalam melakukan teknik menggiring bola, seorang pemain pasti mendapat penjagaan yang ketat. Oleh karena itu kemampuan fisik kelincahan sangat membantu untuk melalui lawan. Dengan kelincahan yang dimiliki, maka kemampuan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik. Hal ini akan membantu menciptakan suatu akselerasi-akselerasi untuk menipu lawan, sehingga dengan memiliki kelincahan akan mampu untuk bertindak dengan lincah dalam melakukan teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola

Hipotesis kedua; ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai korelasi observasi lebih besar dari nilai korelasi tabel. Ini membuktikan bahwa seorang pemain sepakbola harus memiliki kekuatan tungkai yang baik agar dapat mengelola bola sewaktu dalam penguasaannya, seorang pemain pasti mendapat penjagaan yang ketat. Oleh karena itu kekuatan tungkai yang baik membantu untuk melalui lawan. Dengan kekuatan tungkai yang baik dimiliki, maka kemampuan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik. Pada teknik menggiring bola, kekuatan diperlukan untuk gerakan-gerakan otot-otot tungkai dalam melakukan gerakan, langkah-langkah kaki secara cepat di iringi dengan liukan badan. Kekuatan otot tungkai merupakan penunjang utama untuk menambah daya dorong pada gerakan langkah kaki untuk menggerakkan tubuh kearah tertentu sambil mengontrol arah bola agar tidak di rebut oleh lawan. Dan hal ini akan membantu dalam memindahkan bola dari satu tempat ketempat yang lain dalam penguasaannya.

Hipotesis ketiga; Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai korelasi observasi lebih besar dari nilai korelasi tabel. Sesuai hasil analisis korelasi terbukti bahwa hipotesis yang diajukan diterima dan signifikan. Diketahui bahwa dengan keseimbangan badan yang baik dan dimiliki oleh pemain sepak bola, akan semakin baik tingkat kemampuan menggiring bola. Karena dengan keseimbangan yang baik maka kemampuan pergerakan dalam menjaga keseimbangan badan yang dilakukan lebih mudah.

Hipotesis keempat: Ada kontribusi yang signifikan secara bersama sama kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar. Sesuai hasil analisis korelasi terbukti bahwa hipotesis yang diajukan diterima dan signifikan. Diketahui bahwa dengan kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan yang dimiliki oleh seorang pemain secara terpadu akan semakin baik dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola. Hal ini terbukti dan didukung oleh pendapat Remmy Muchtar (1992: 82) bahwa: “unsur, kelincahan kekuatan tungkai dan keseimbangan yang juga termasuk unsur dominan dalam permainan sepak bola. Pemain yang kurang kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan tubuhnya akan mengalami kesukaran dalam mengolah bola, melakukan gerak tipu, sliding tackle atau merubah arah dalam berlari saat menggiring bola”.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Untuk mengetahui secara positif hasil-hasil penelitian yang dicapai, maka perlu ditarik kesimpulan dari hasil analisis dalam pengujian hipotesis. Kesimpulan penelitian yang dikemukakan adalah sebagai jawaban dari permasalahan yang dikaji.

Selanjutnya perlu dikemukakan anjuran yang berupa saran agar hasil - hasil penelitian yang dicapai dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bagi murid di Sekolah Dasar atau pada anak usia dini.

A. Kesimpulan

Sesuai dari hasil analisis pengujian hipotesis dengan berdasar pada masalah yang diajukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar sebesar 58.7 %
2. Ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar sebesar 44.6 %
3. Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar sebesar 31.0 %
4. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan, kekuatan tungkai, dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola murid SD Bangkala 2 Makassar sebesar 78.5 %

B. Saran

Agar hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bagi murid-murid sekolah dasar, maka saran yang dikemukakan sebagai berikut :

1. Bagi guru dan pelatih olahraga yang memberikan materi permainan sepakbola hendaknya menyadari betul manfaat kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan sehingga dapat memberikan bentuk latihan kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan yang dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola.
2. Hendaknya ketiga unsur fisik tersebut yaitu kelincahan, kekuatan tungkai dan keseimbangan dapat dijadikan sebagai indikator untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola bagi murid ataupun atlet pemula.

Diharapkan adanya penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar pada penelitian yang relevan agar hasil penelitian ini dapat dikembangkan untuk memperkaya khasanah disiplin ilmu keolahragaan, khususnya dalam upaya meningkatkan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

RIWAYAT HIDUP PENULIS



HARISMAN, lahir di Ceppaga, Kec. Libureng, Kab. Bone, Sulawesi Selatan pada tanggal 07 Oktober 1995. Penulis adalah anak pertama dari empat bersaudara dari pasangan Jusman dan Harisa. Penulis menyelesaikan pendidikan di SDN 182 Ceppaga Kab. Bone lulus pada tahun 2007, SMPN 1 Libureng lulus pada tahun 2010, SMAN 1 Libureng lulus pada tahun 2013. Setelah itu penulis melanjutkan pendidikan di Jurusan PGSD Dikjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar pada tahun 2013 dan lulus pada tahun 2018. Pada saat menempuh perkuliahan strata satu, penulis juga aktif berorganisasi ekstra kampus diantaranya, Kesatuan Pelajar Mahasiswa Indonesia-Bone (KEPMI-Bone) La Pawawoi Universitas Negeri Makassar, Pencinta Alam La Pawawoi Bone (PALAPA-Bone) Universitas Negeri Makassar, Dewan Pengurus Cabang (KEPMI- Bone) Kecamatan Libureng.